



**PENINGKATAN KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH DALAM  
PERMAINAN BOLA VOLI DENGAN METODE *DRILL* PADA  
SISWA KELAS IV SD NEGERI 41 SELUMA**

**SKRIPSI**

**OLEH:  
ZESNATUL AINI  
NPM 1113912147**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan pada Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam  
Jabatan FKIP Universitas Bengkulu**

**PROGRAM SARJANA KEPENDIDIKAN  
BAGI GURU DALAM JABATAN  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS BENGKULU  
2014**

## **Abstrak**

**Zesnatul Aini. NPM. 1113912147. Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Dengan Metode *Drill* Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 41 Seluma. Skripsi Program Sarjana Kependidikan Guru Dalam Jabatan. FKIP Universitas Bengkulu 2014.**

Penelitian ini bertujuan untuk (1) meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui penerapan metode *drill* dalam pembelajaran bola voli pada siswa kelas IV SDN 41 Seluma, (2) meningkatkan aktivitas guru dan siswa dalam pembelajaran bola voli melalui metode *drill* di kelas IV SDN 41 Seluma. Jenis Penelitian ini adalah PTK dengan jumlah Subjek penelitian adalah 25 orang siswa. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa (1) Penerapan metode pembelajaran *drill* dalam pembelajaran penjaskes dapat meningkatkan kemampuan siswa kelas IV SDN 41 Seluma dalam melakukan *passing* bawah bola voli. Hasil tes kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli pada siklus 1 rata-rata sebesar 6,68 meningkat pada siklus 2 sebesar 7,24. Jumlah siswa yang tuntas pada siklus 1 sebanyak 15 orang siswa dengan persentase ketuntasan sebesar 60% kategori belum berhasil kemudian meningkat pada siklus 2 menjadi 21 orang siswa dengan persentase ketuntasan sebesar 84% kategori berhasil, (2) Penerapan metode pembelajaran *drill* dalam pembelajaran penjaskes dapat meningkatkan aktivitas guru dan siswa dalam proses pembelajaran di kelas IV SDN 41 Seluma. Hal ini dapat di lihat dari hasil pengamatan terhadap guru dan siswa pada siklus 1 aktivitas guru memperoleh nilai sebesar 16 dengan kriteria cukup dan aktivitas siswa menunjukkan nilai sebesar 12 dengan kriteria cukup, selanjutnya pada siklus 2 aktivitas guru meningkat dengan memperoleh nilai sebesar 20 dengan kriteria baik dan aktivitas siswa juga meningkat dengan memperoleh nilai sebesar 18 dengan kriteria baik.

**Kata Kunci:** Metode *Drill*, Bola Voli, *Passing* Bawah

## **Abstract**

**Zesnatul Aini. NPM. 1113912147. Under Improved Ability In Passing Game Ball Volley Drill With The Class IV SDN 41 Seluma. Thesis Undergraduate Education Teacher. Guidance and Counseling University of Bengkulu in 2014**

*This study aims to ( 1 ) improve the ability of passing down through the drill method in teaching Applied volleyball in fourth grade students of SDN 41 Seluma , ( 2 ) increasing the activity of teachers and students in learning volleyball through the drill method in class IV SDN 41 Seluma . This type of research is the number of TOD subjects were 25 students . The results of this study concluded that ( 1 ) application of learning methods in teaching PE drill can improve the ability of fourth grade students of SDN 41 Seluma in doing volleyball passing below . Results of tests students' ability to perform under volleyball passing in cycle 1 average of 6.68 increase in cycle 2 was 7.24 . The number of students who completed the first cycle of as many as 15 students with a percentage of 60% completeness categories have not been successful then increased at cycle 2 to 21 students with a percentage of 84% completeness successful category , ( 2 ) application of learning methods in teaching PE drill can improve activities of teachers and students in the learning process in class IV SDN 41 Seluma . It can be seen from the results of observations of teachers and students in cycle 1 activity for teachers to get nilai by 16 with sufficient criteria and student activity showed a value of 12 with a sufficient criterion , then in cycle 2 teacher activity increased by obtaining a value of 20 to the criteria both students and activity also increased by obtaining a value of 18 with both criteria .*

**Keywords : Drill Method , Volleyball , Passing**

## **LEMBAR PERNYATAAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dari Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru dalam Jabatan (Program SKGJ) Fakultas keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu, seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain, telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri, atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Bengkulu, Januari 2013

Zesnatul Aini  
NPM. 1113912147



## *MOTTO*

*Dalam masalah hati nurani, pikiran pertamalah yang terbaik. Dalam masalah kebijaksanaan, pemikiran terakhirlah yang paling baik.*

## *Persembahan*

*Kulangkahkan kaki.....  
Walau hanya satu langkah ke depan  
Karena hanya itu yang mampu kulakukan  
    Kubertdiri tegak  
    Walau kedua kakiku rapuh  
    Tapi ku harus berjuang  
    Mewujudkan impian meraih cita  
Ya Allah ku mohon terus dan terus  
Beri aku kekuatan agar dapatku selesaikan  
Dengan baik walau tak sempurna  
Karena kutahu, kesempurnaan hanyalah milik Mu.*

*Karya ini kupersembahkan untuk:*

- *Untuk orang-orang teristimewah dan selalu dihati  
Suamiku Saugi, S.Pd., kedua buah hatiku Andika Bayu Novenda  
dan Amelia Dwi Kartika yang selalu mendambahkan keberhasilan  
ingin menjadikan cita-citaku tercapai demi menyambut hari esok,  
serta memberikan dorongan, semangat motivasi untuk  
menyelesaikan studi.*
- *Untuk teman-teman seperjuangan S1 Penkaskesrek Program  
PSKGJ FKIP Universitas Bengkulu di Seluma tahun 2014.*
- *Serta orang-orang yang telah membantuku dalam penyelesaian  
studi ini terutama Kepala Sekolah SDN 41 Seluma dan teman-  
teman sejawat dalam penelitian ini*

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah, penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Dengan Metode *Drill* Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 41 Seluma". Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Strata 1 Pendidikan Guru Penjaskes Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu.

Proses penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan, saran dan informasi yang penulis butuhkan, sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ridwan Nurazi, M.Sc. Akt., selaku rektor Universitas Bengkulu.
2. Prof. Dr. H. Rambat Nur Sasongko, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu.
3. Dr. I Wayan Dharmayana, M.Psi., Ketua Program SKGJ FKIP Universitas Bengkulu.
4. Drs. H. Sofino, M.Pd., selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, motivasi dan masukan kepada penulis dari awal hingga selesainya skripsi ini.

5. Dra. Yarmani, M.Kes., selaku dosen pembimbing 2 yang telah sabar untuk membimbing, memberikan saran dan masukan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Kepala SDN 41 Seluma, yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Teman-teman seperjuangan yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Kritik dan saran yang membangun peneliti harapkan agar lebih baik di masa depan.

Bengkulu, Januari 2014

Zesnatul Aini

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
LEMBAR PERNYATAAN.....	vii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	2
C. Pembatasan Masalah.....	3
D. Perumusan Masalah.....	3
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4

### BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teoritik .....	6
B. Penelitian Yang Relevan .....	14
C. Kerangka Berpikir .....	15

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian .....	17
---------------------------	----

<b>B. Tempat dan Waktu Penelitian.....</b>	<b>17</b>
<b>C. Subjek Penelitian.....</b>	<b>17</b>
<b>D. Prosedur Penelitian .....</b>	<b>18</b>
<b>E. Instrumen Penelitian .....</b>	<b>20</b>
<b>F. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>22</b>
<b>G. Teknik Analisis Data .....</b>	<b>23</b>
<b>H. Indikator Keberhasilan.....</b>	<b>24</b>

#### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

<b>A. Deskripsi Per Siklus.....</b>	<b>25</b>
1. Siklus 1 .....	25
2. Siklus 2 .....	32
<b>C. Pembahasan .....</b>	<b>38</b>

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

<b>A. Kesimpulan.....</b>	<b>41</b>
<b>B. Saran.....</b>	<b>42</b>

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>43</b>
----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>44</b>
----------------------	-----------

<b>DAFTAR RIWAYAT HIDP .....</b>	<b>64</b>
----------------------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1 Analisis Penilaian tiap Kategori Aktivitas Guru .....</b>	<b>24</b>
<b>Tabel 3.2 Analisis Penilaian tiap Kategori Aktivitas Siswa .....</b>	<b>24</b>
<b>Tabel 4.1 Hasil Pengamatan Aktivitas Guru Siklus 1 .....</b>	<b>27</b>
<b>Tabel 4.2 Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus 1 .....</b>	<b>28</b>
<b>Tabel 4.3 Hasil Tes Passing Bawah Bola Voli Siklus 1 .....</b>	<b>29</b>
<b>Tabel 4.4 Hasil Refleksi Aktivitas Guru .....</b>	<b>30</b>
<b>Tabel 4.5 Hasil Refleksi Aktivitas Siswa .....</b>	<b>31</b>
<b>Tabel 4.6 Hasil Pengamatan Aktivitas Guru Siklus 2.....</b>	<b>34</b>
<b>Tabel 4.7 Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus 2 .....</b>	<b>35</b>
<b>Tabel 4.8 Hasil Tes Passing Bawah Bola Voli Siklus 2.....</b>	<b>36</b>
<b>Tabel 4.9 Hasil Tes Kemampuan Passing Bawah Tiap Siklus .....</b>	<b>36</b>
<b>Tabel 4.10 Peningkatan Aktivitas Guru dan Siswa .....</b>	<b>37</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1 Lapangan Voli mini.....</b>	<b>9</b>
<b>Gambar 2.2 Passing Bawah .....</b>	<b>11</b>
<b>Gambar 2.3 Kerangka Berpikir.....</b>	<b>16</b>
<b>Gambar 3.1 Alur PTK .....</b>	<b>18</b>
<b>Gambar 3.2 Instrumen Tes Passing Bawah.....</b>	<b>21</b>
<b>Gambar 4.1 Peningkatan Kemampuan Passing Bawah .....</b>	<b>37</b>
<b>Gambar 4.2 Peningkatan Aktivitas Guru dan Siswa .....</b>	<b>38</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN 1 .....</b>	<b>46</b>
<b>RPP .....</b>	<b>47</b>
<b>Lembar Observasi Aktivitas Guru .....</b>	<b>51</b>
<b>Lembar Observasi Aktivitas Siswa.....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN 2 .....</b>	<b>53</b>
<b>Data Hasil <i>Passing</i> Bawah Siklus 1.....</b>	<b>54</b>
<b>Data Hasil Pengamatan Aktivitas Guru 1 .....</b>	<b>55</b>
<b>Data Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa 1 .....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN 3 .....</b>	<b>57</b>
<b>Data Hasil <i>Passing</i> Bawah Siklus 2.....</b>	<b>58</b>
<b>Data Hasil Pengamatan Aktivitas Guru 2 .....</b>	<b>59</b>
<b>Data Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa 2 .....</b>	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN 4 .....</b>	<b>61</b>
<b>Foto Penelitian .....</b>	<b>62</b>
<b>Surat Penelitian.....</b>	<b>64</b>
<b>Daftar Riwayat Hidup.....</b>	<b>66</b>



# **BAB I PENDAHULUAN**

## **A. Latar Belakang**

Permainan bola voli sekarang sudah berkembang dengan pesatnya, baik di dunia internasional maupun di Indonesia sendiri. Hal ini merupakan modal dasar bagi PBVSI khususnya dan pembina voli pada umumnya untuk terus mengembangkan serta meningkatkan mutu olahraga bola voli nasional.

Salah satu usaha untuk mengembangkan pembinaan bola voli adalah dengan menerapkan teknik dasar voli sedini mungkin kepada anak-anak sekolah dasar melalui pembelajaran voli mini. Pembelajaran voli mini di tingkat sekolah dasar merupakan modifikasi dari permainan voli sebenarnya. Teknik dasar yang diajarkan di voli mini sama dengan voli sebenarnya, hanya saja ukuran lapangan yang berbeda voli mini lebih kecil dibanding permainan voli sesungguhnya.

Pembelajaran voli mini di sekolah dasar bertujuan untuk siswa dapat mencapai puncak prestasi yang diharapkan. Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan pembelajaran yang dapat memotivasi siswa dan pembelajaran yang bersifat menarik dan menyenangkan. Akan tetapi pembelajaran voli mini di SD masih banyak mengalami kendala, baik itu dari internal maupun eksternal.

Seperti yang peneliti amati selama ini pada pembelajaran voli mini di kelas IV SDN 41 Seluma, masih mengalami beberapa permasalahan.

Permasalahan tersebut antara lain adalah: (1) sebagian besar siswa masih terlihat belum terlibat aktif dalam pembelajaran, (2) kurangnya motivasi siswa dalam pembelajaran, (3) pembelajaran masih kurang menarik, (4) kemampuan passing bawah siswa masih sangat rendah.

Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti merencanakan perbaikan permasalahan dengan menerapkan metode *drill* pada pembelajaran voli mini. Diterapkannya metode *drill* dalam mengatasi masalah ini dengan pertimbangan bahwa metode *drill* adalah metode pembelajaran dengan cara pengulangan-pengulangan gerakan dengan tujuan terjadinya gerakan yang baik dan benar secara otomatisasi. Menurut Ma'mum dan Subroto (2001: 7) pendekatan *drill* adalah cara belajar yang lebih menekankan komponen-komponen teknik. Sugiyanto (1993:371) menyatakan, dalam metode *drill* siswa melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan apa yang diinstruksikan guru dan melakukannya secara berulang-ulang. Pengulangan gerakan ini dimaksudkan agar terjadi otomatisasi gerakan. Oleh karena itu, dalam metode *drill* perlu disusun tata urutan pembelajaran yang baik agar siswa terlibat aktif, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal. Berdasarkan pengertian metode *drill* tersebut disimpulkan bahwa, metode *drill* merupakan metode pembelajaran yang menekankan pada penguasaan teknik yang dalam pelaksanaanya dilakukan secara berulang-ulang. Dengan demikian diharapkan penerapan metode *drill* dapat mengatasi permasalahan di kelas IV SDN 41 Seluma.

Berdasarkan uraian di atas, maka yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Dengan Metode *Drill* Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 41 Seluma

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas maka, dapat diidentifikasi permasalahan antara lain:

1. Sebagian besar siswa masih terlihat belum terlibat aktif dalam pembelajaran.
2. Kurangnya aktivitas guru dan siswa dalam pembelajaran.
3. Kurangnya motivasi siswa dalam pembelajaran.
4. Pembelajaran masih kurang menarik.
5. Kemampuan *passing* bawah siswa masih sangat rendah

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka, masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini dibatasi pada yaitu peningkatan kemampuan *passing* bawah melalui metode *drill* pada siswa kelas IV SDN 41 Seluma dan peningkatan aktivitas guru dan siswa di SDN 41 Seluma.

## **D. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah dengan menerapkan metode *drill* dalam pembelajaran bola voli dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada siswa kelas IV SDN 41 Seluma?

2. Apakah dengan menerapkan metode *drill* dalam pembelajaran bola voli dapat meningkatkan aktivitas guru dan siswa dalam pembelajaran di kelas IV SDN 41 Seluma?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah

1. Untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui penerpan metode *drill* dalam pembelajaran bola voli pada siswa kelas IV SDN 41 Seluma.
2. Untuk meningkatkan aktivitas guru dan siswa dalam pembelajaran bola voli melalui metode *drill* di kelas IV SDN 41 Seluma.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam dunia pendidikan. Manfaat yang diharapkan peneliti adalah sebagai berikut.

1. Bagi Siswa
  - a. Dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah siswa dengan menggunakan metode *drill*.
  - b. Dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dengan situasi belajar yang menyenangkan melalui penerapan metode *drill*.
2. Bagi Guru

- a. Menambah wawasan pengetahuan tentang pembelajaran penjaskes terutama mengenai penerapan berbagai strategi pembelajaran penjaskes, khususnya metode *drill*.
- b. Memberikan pengetahuan, pengalaman tentang metode *drill* pada pembelajaran penjaskes.

### 3. Bagi Peneliti

Meningkatkan kemampuan dalam menciptakan pembelajaran penjaskes yang inovatif, kreatif, dan menyenangkan melalui penerapan metode *drill*.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Deskripsi Teoritik**

#### **1. Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (BSNP, 2006: 207).

Menurut BSNP (2006: 208) Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut.

- a) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih
- b) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- c) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar

- d) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan
- e) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis
- f) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan
- g) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Selanjutnya, ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut.

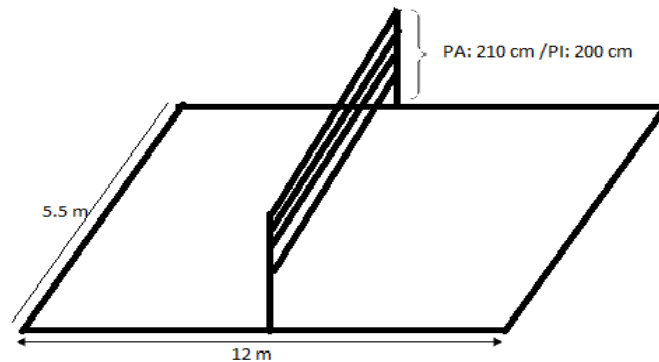
- a) Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan. Eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya
- b) Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya
- c) Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya

- d) Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya
- e) Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya
- f) Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung
- g) Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

## **2. Pembelajaran Voli Mini**

Bola Voli mini adalah modifikasi dari permainan bola Voli standar yang mengembangkan peraturan-peraturan agar menarik dan lebih mudah dipahami serta ditujukan untuk siswa sekolah dasar. bola Voli mini dikhususkan untuk anak-anak usia 9 sampai 13 tahun. Permainan Bola Voli mini di desain untuk 4 orang pemain untuk setiap tim. Artinya, *four versus four*, yang di mainkan pada lapangan dengan ukuran, panjang 12 meter dan lebar lapangan 6 meter (Sukrisno, dkk, 2009: 63).





Gambar 2.1 Lapangan Voli Mini (Sukrisno dkk, 2009: 63)

Sekarang bola Voli merupakan olahraga yang sangat populer di dunia. Tapi yang paling penting demi perkembangan bola Voli dimasa depan ternyata banyak sekali anak-anak diberbagai negara yang tertarik akan permainan ini. Para remaja inilah yang akan dapat meningkatkan jumlah pemain aktif dan pribadi yang menarik. Juga sangat penting untuk menyusun teknik dasar penguasaan kontrol bola pada usia dini, sebagai seorang atlit muda akan lebih mudah mempelajari ketrampilan dasar itu. Agak sulit untuk memperkembangkannya ketrampilan itu pada usia dewasa, tapi bila ketrampilan dan kemampuan yang sangat penting itu begitu pula kecintaannya terhadap bola Voli diperkembangkan pada usia dini, mereka akan memainkannya dengan prestasi yang penuh gairah dan kegembiraan.

Bola Voli adalah permainan yang sederhana tapi susah dipelajari. Oleh karenanya kita perlu menyesuaikan cara mengajar bagi para pemula. Bola Voli mini menyajikan sejenis bola Voli yang diselaraskan dengan kebutuhan

dan kapasitas anak-anak usia 9 sampai 12 tahun sejalan dengan prinsip mengajar yang baik.

Bila anak-anak mempelajari teknik bola Voli, mereka membutuhkan praktek yang sering. Dalam permainan 6 orang jumlah sentuhan bola selama bermain bagi setiap anak tidak akan mencukupi demi pengembangan yang pesat. Tingkat ketrampilan dan kemampuan fisik pada tahap awal belajar bola Voli tidaklah cukup memadai untuk bisa melangsungkan satu pertandingan. Bola rally akan cepat mati dan para pemainnya pun jadi bosan. Bola Voli mini adalah cara terbaik untuk mempelajari ketrampilan dasar. Dengan cara ini tiap pemain lebih banyak menyentuh bola dan ukuran tempat bermain lebih kecil selaras bagi dasar ketrampilan ini.

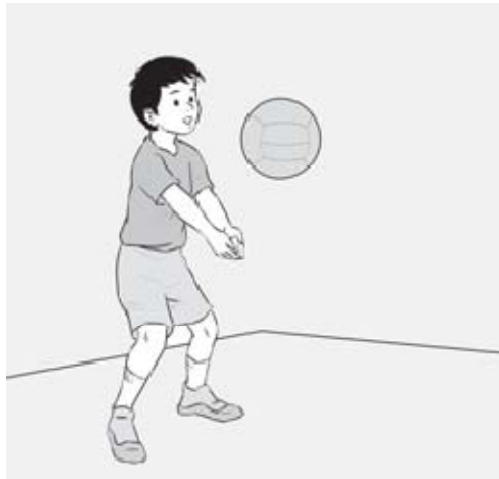
Peralatan Permainan Voli mini, ukuran lapangan dan alat dapat menggunakan ukuran bola Voli mini sebagai berikut: Lapangan Panjang : 12 meter Dan Lebar : 5,5 meter, lantai lapangan terbuat dari kayu, semen atau tanah. Ukuran tinggi Net, putra 210 cm dan putri : 200 cm. Panjang net 7 meter dan lebar 90 cm. Berat bola 230- 250 gram. Tiang Net Terbuat dari bahan yang cukup kuat menahan tarikan tali peregang, misalnya pipa besi, kayu atau bambu, Tinggi tiang net paling sedikit sejajar dengan tinggi net.

### **3. *Passing Bawah Voli***

*Passing* adalah cara menerima atau mengoperkan bola kepada teman satu regu. Selain itu, passing merupakan suatu langkah awal untuk menyusun pola serangan (Juari, dkk, 2010: 75).

Cara melakukan passing bawah adalah sebagai berikut.

- a) Kedua kaki dibuka selebar bahu.
- b) Kedua lutut ditekuk dengan badan condong sedikit ke depan.
- c) Kedua lutut digerakkan mengeper dan rileks.
- d) Kedua tangan berpegangan, telapak tangan kiri memegang punggung telapak tangan kanan.
- e) Ayunkan kedua lengan ke depan arah datangnya bola.
- f) Perkenaan bola di atas pergelangan tangan.



Gambar 2.2 *Passing Bawah* (Juari, dkk, 2010: 75).

#### **4. Metode Pembelajaran**

Metode adalah salah satu alat untuk mencapai tujuan, sedangkan pembelajaran adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa sehingga tingkah laku siswa berubah ke arah yang lebih baik (Darsono, 2000: 24).

Menurut Ahmadi dalam Wahyuni (2007: 31) metode pembelajaran adalah suatu pengetahuan tentang cara-cara mengajar yang dipergunakan oleh guru atau instruktur. Pengertian lain mengatakan bahwa metode pembelajaran merupakan teknik penyajian yang dikuasai oleh guru untuk mengajar atau menyajikan bahan pelajaran kepada siswa di dalam kelas, baik secara individual ataupun secara kelompok agar pelajaran itu dapat diserap, dipahami dan dimanfaatkan oleh siswa dengan baik.

### **5. Metode *Drill***

Sugiyanto (1993: 372) mengatakan bahwa hal yang perlu dipertimbangkan apabila menggunakan metode *drill* yaitu: 1) *Drill* digunakan sampai gerakan yang benar bisa dilakukan secara otomatis atau menjadi terbiasa, serta menekankan pada keadaan tertentu gerakan itu harus dilakukan. 2) Siswa diarahkan agar berkonsentrasi pada kebenaran pelaksanaan gerakan serta ketepatan penggunaannya. 3) Selama pelaksanaan *drill* perlu selalu mengoreksi agar perhatian tetap tertuju pada kebenaran gerak. 4) Pelaksanaan *drill* disesuaikan dengan bagian-bagian dari situasi permainan olahraga yang sebenarnya. Hal ini bisa menimbulkan daya tarik dalam latihan. 5) Perlu dilakukan latihan peralihan dari situasi *drill* ke situasi permainan yang sebenarnya. 6) Suasana kompetitif perlu diciptakan dalam pelaksanaan *drill*, tetapi tetap ada kontrol kebenaran geraknya.

Ditinjau dari sudut pandang teori Behaviorisme Belajar adalah pembentukan hubungan Stimulus Respons sebanyak-banyaknya.

Pembentukan hubungan Stimulus Respons dilakukan melalui ulangan-ulangan. Selanjutnya, Thorndike (1874-1949) yang dikutip oleh Endriani (2011) dalam teori koneksionisme mengemukakan beberapa hukum-hukum belajar diantaranya adalah hukum latihan (*Law Of Exercise*) Hukum ini menjelaskan kemungkinan kuat dan lemahnya hubungan stimulus dan respons. Implikasi dari hukum ini adalah makin sering pelajaran diulang, maka akan semakin dikuasainya pelajaran tersebut.

Sejalan dengan pendapat Sumiati dan Asra (2009: 104) yang menyatakan bahwa dalam belajar verbal dan belajar keterampilan, meningkatkan kemampuan hasil belajar dapat dicapai melalui latihan dan praktek. Latihan biasanya berlangsung dengan cara mengulang-ngulang suatu hal sehingga terbentuk kemampuan yang diharapkan.

Selanjutnya, Sumiati dan Asra (2009: 105) juga mengatakan langkah-langkah dalam melaksanakan latihan dan praktek baik untuk belajar verbal maupun belajar keterampilan sebagai berikut:

1. Guru memberi penjelasan singkat tentang konsep, prinsip, atau aturan yang menjadi dasar dalam melaksanakan pekerjaan yang akan dilatihkan.
2. Guru mempertunjukkan bagaimana melakukan pekerjaan itu dengan baik dan benar sesuai dengan konsep dan aturan tertentu.

3. Jika belajar dilakukan secara kelompok atau klasikal, guru dapat meminta salah seorang siswa untuk menirukan apa yang telah dilakukan oleh guru, sementara siswa lain memperhatikan.
4. Latihan perseorangan dapat dilakukan melalui bimbingan dari guru sehingga dicapai hasil belajar sesuai dengan tujuan.

#### **B. Penelitian yang Relevan**

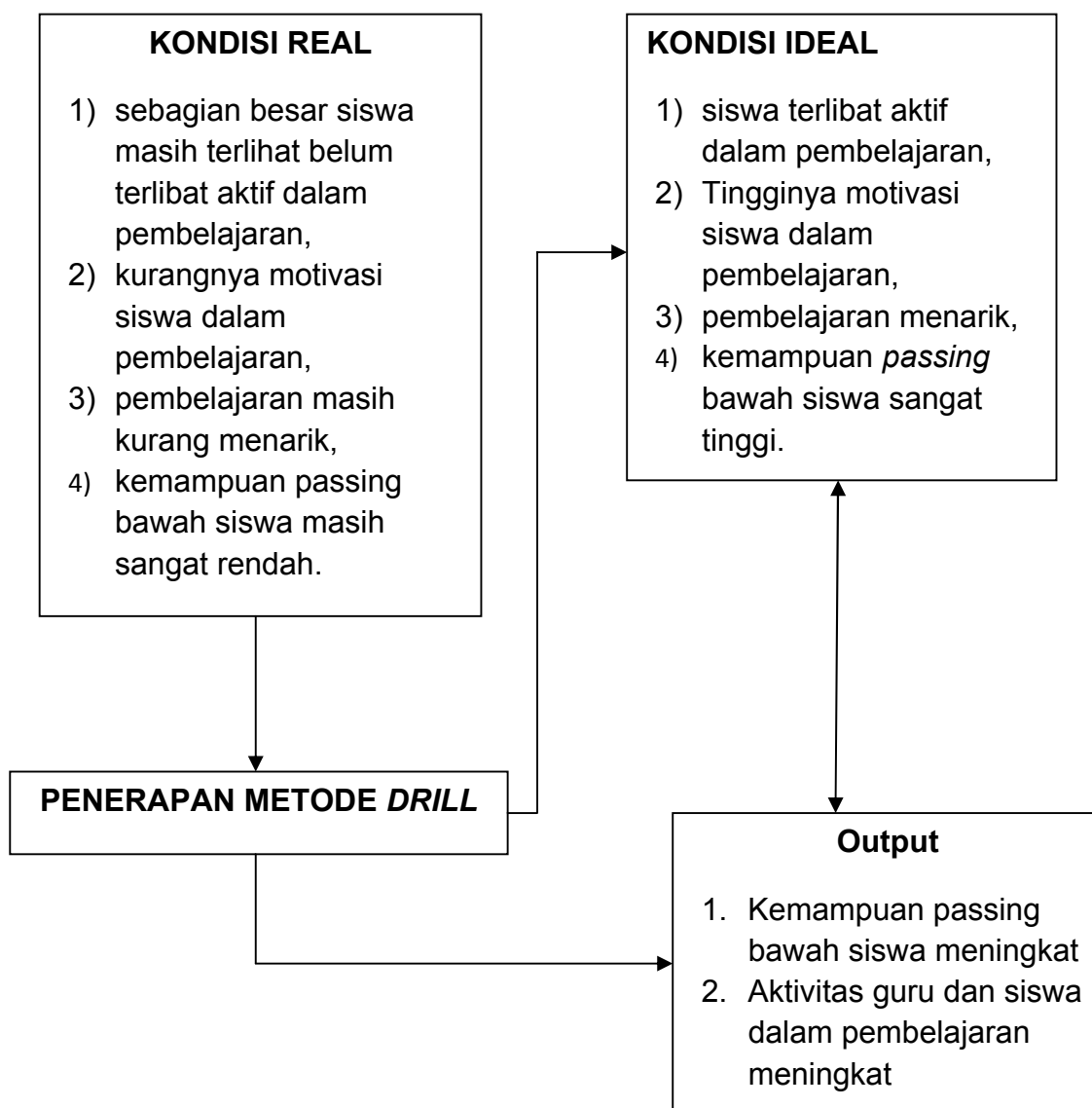
Penelitian yang mendasari penelitian ini adalah penelitian oleh Darkamto (2012) yang berjudul “Peningkatan Hasil Latihan Teknik *Passing* Bawah Bola Voli Dengan Menggunakan Metode Latihan Drill Pada Atlet Junior Klub Angkasapura II Medan”. Hasil penelitian ini adalah: (1) dari data tes awal latihan diperoleh 3 orang (18.25%) yang telah tercapai tingkat keberhasilan latihan, sedangkan 13 orang (81.75%) belum tercapai tingkat keberhasilan latihan. dengan nilai rata - rata adalah 66.8 (2) dari data hasil tes siklus I diperoleh 14 orang (87.5%) yang telah tercapai tingkat keberhasilan latihan, sedangkan 2 orang (12.5%) belum tercapai tingkat keberhasilan latihan, dengan nilai rata-rata adalah 89.4. dalam hal ini dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan nilai rata - rata hasil latihan atlet dari tes awal 18.25% ke siklus I 87.5% yaitu peningkatan keberhasilan secara klasikal sebesar 69%. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa dengan menggunakan metode drill meningkatkan hasil latihan passing bawah dalam permainan bola voli pada atlet junior klub Angkasapura II Medan Tahun 2012.

### C. Kerangka Berpikir

Pembelajaran voli mini di kelas IV SDN 41 Seluma, masih mengalami beberapa permasalahan. Permasalahan tersebut antara lain adalah: (1) sebagian besar siswa masih terlihat belum terlibat aktif dalam pembelajaran, (2) kurangnya motivasi siswa dalam pembelajaran, (3) pembelajaran masih kurang menarik, (4) kemampuan passing bawah siswa masih sangat rendah.

Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti merencanakan perbaikan permasalahan dengan menerapkan metode *drill* pada pembelajaran voli mini. Diterapkannya metode *drill* dalam mengatasi masalah ini dengan pertimbangan bahwa metode *drill* adalah metode pembelajaran dengan cara pengulangan-pengulangan gerakan dengan tujuan terjadinya gerakan yang baik dan benar secara otomatisasi. Dengan demikian diharapkan penerapan metode drill dapat mengatasi permasalahan di kelas IV SDN 41 Seluma.

Bertitik tolak dari pandangan di atas, maka dapat diduga bahwa kemampuan *passing* bawah dalam permainan voli dapat meningkat bila menerapkan Metode *Drill* Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 41 Seluma. Selanjutnya juga dapat diduga bahwa aktivitas guru dan siswa dalam pembelajaran voli akan meningkat bila menerapkan Metode *Drill* di SD Negeri 41 Seluma.



**Gambar 2.3 Kerangka Berpikir**



### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **I. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Arikunto (2010: 58) mengatakan bahwa penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelas atau di sekolah tempat dia mengajar dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelasnya. Dalam penelitian tindakan kelas ini, peneliti melaksanakan melalui dua siklus yaitu siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri atas empat tahap, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi.

#### **J. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Tempat penelitian ini adalah SD Negeri 41 Seluma, dengan alamat Kelurahan Napal Kecamatan Seluma Kota Kabupaten Seluma.

##### **2. Waktu**

Penelitian ini berlangsung pada semester I Tahun Ajaran 2013-2014.

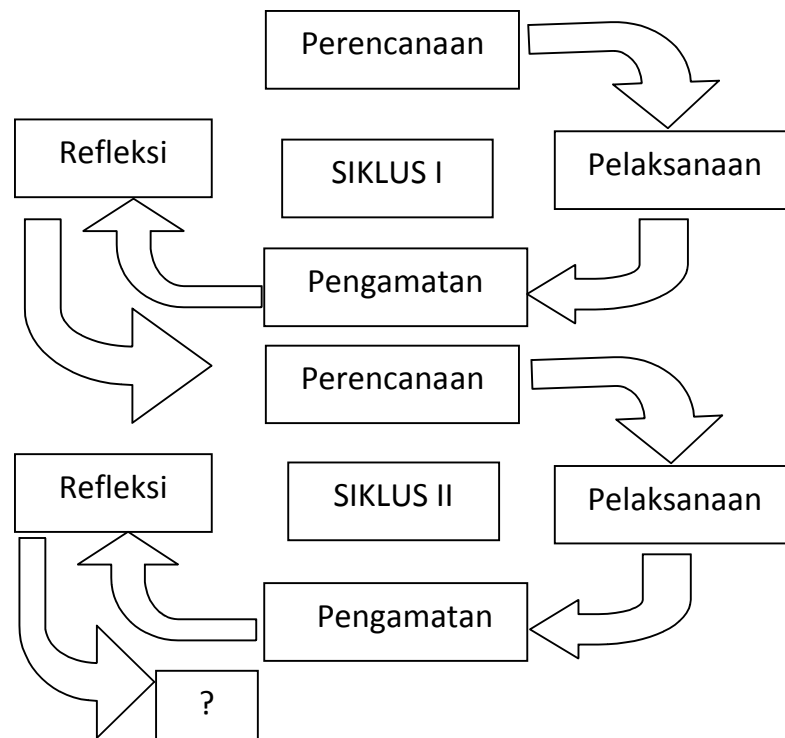
Waktu penelitian adalah pada bulan Desember 2013 s/d Januari 2014 tahun ajaran 2013-2014.

#### **K. Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN 41 Seluma yang berjumlah 25 orang siswa, dengan jumlah laki-laki 12 orang dan perempuan 13 orang.

## L. Prosedur Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan dengan dua tahap yaitu (1) Pra Penelitian Tindakan Kelas atau refleksi awal, (2) Pelaksanaan tindakan merupakan perbaikan pembelajaran dengan empat langkah yaitu: (a) perencanaan (*planning*), (b) pelaksanaan (*acting*), (c) observasi (*observation*), dan (d) refleksi (*reflection*). Setiap siklusnya dilakukan tindakan berdasarkan pada prosedur penelitian tindakan berikut ini.



Bagan 3.1 Alur PTK (Arikunto, S. 2006: 16).

Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan dalam siklus I sampai siklus ke-n. Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan refleksi

dari siklus sebelumnya. Prosedur pelaksanaan dalam tahap ini meliputi (1) Perencanaan (2) Pelaksanaan (3) Pengamatan (4) Refleksi.

### **1. Tahap Perencanaan**

Kegiatan perencanaan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Menganalisis kurikulum (Standar Kompetensi/Kompetensi Dasar) yang berkaitan dengan materi voli mini, (2) Menyusun langkah-langkah pembelajaran dengan menerapkan metode *drill*, (3) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran dengan penerapan metode *drill* pada materi voli mini, dan (4) Membuat lembar pengamatan guru.

### **2. Tahap Pelaksanaan Tindakan**

Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas pada Pembelajaran penjaskes dengan materi voli mini dilaksanakan selama 3 x 35 jam pembelajaran Penjaskes. Adapun langkah-langkah pada tahap pelaksanaan ini adalah sebagai berikut:

- a. Guru memberi penjelasan singkat tentang konsep, prinsip, atau aturan yang menjadi dasar dalam melaksanakan gerakan *passing* bawah.
- b. Guru mempertunjukkan bagaimana melakukan gerakan *passing* bawah dengan baik dan benar sesuai dengan konsep dan aturan tertentu.
- c. Guru meminta salah seorang siswa untuk menirukan gerakan *passing* bawah, sementara siswa lain memperhatikan.

- d. Guru membimbing siswa untuk latihan perseorangan dan berpasangan secara berulang-ulang sehingga dicapai hasil belajar sesuai dengan tujuan.
- e. Siswa dengan bimbingan guru menyimpulkan materi pembelajaran.
- f. Guru melakukan tes melakukan *passing* bawah.

### **3. Tahap Observasi**

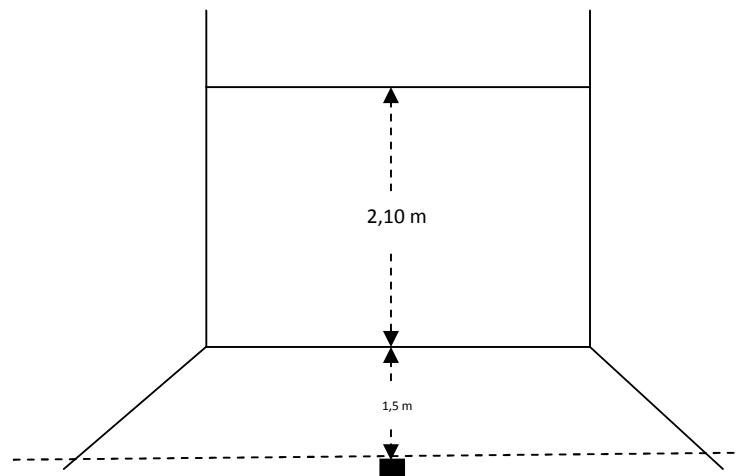
Observasi terhadap pelaksanaan tindakan dengan menggunakan lembar observasi yang telah dibuat. Kegiatan observasi ini dilakukan secara bersamaan dengan pelaksanaan tindakan dan dilakukan sejak awal hingga akhir penelitian guna mengumpulkan data yang diperlukan sehingga kekurangan atau kesalahan yang dilakukan sebelumnya dapat diperbaiki, sedangkan kelebihan dapat dipertahankan di siklus berikutnya. Observasi dilakukan oleh dua orang observer, yaitu teman sejawat.

### **4. Tahap Refleksi**

Hasil yang diperoleh dari pengamatan dianalisis untuk melihat kelemahan dan kelebihan tindakan yang telah dilakukan. Hasil analisis ini digunakan sebagai bahan untuk melakukan refleksi, yaitu dapat diketahui ketercapaian indikator pada proses pembelajaran Penjaskes. Kelemahan yang timbul akan diperbaiki di siklus berikutnya.

## **M. Instrumen Penelitian**

Pengambilan data keterampilan *passing* bawah bola voli yang digunakan dalam penelitian ini adalah menngacu pada tes *Brumbach Forearms Pass Wall- Volley Test* untuk *pasing* dalam Prayogo (2006). Oleh karena subjek dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar yaitu kategori umur 10 - 12 tahun dengan kemampuan fisik yang masih berkembang dan pembelajaran dengan materi voli mini, maka peneliti memodifikasi instrumen yang disesuaikan dengan karakteristik subjek penelitian. Adapun bentuk isntrumen yang akan diujikan pada subjek dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



**Gambar 3.1 Instrumen Tes *Passing* Bawah (pengembangan dari tes *Brumbach Forearms Pass Wall- Volley Test*) Prayogo (2006).**

Prosedur pelaksanaan tes ini di mulai dari (1) anak berdiri menghadap dinding dan melakukan *passing* bawah ke dinding di atas garis 1,5 m (2)

selama satu menit anak melakukan passing bawah. (3) Tiap anak mendapat giliran satu kali.

## **N. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan observasi.

### **1. Tes**

Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan atau alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok (Arikunto, 1989: 32). Hasil tes I dianalisis, dari analisis tersebut dapat diketahui kelemahan siswa yang selanjutnya digunakan sebagai dasar untuk menghadapi siklus II. Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes passing bawah voli.

### **2. Observasi (Pengamatan)**

Teknik pengamatan atau observasi adalah teknik penilaian dengan cara mengadakan pengamatan terhadap suatu hal secara langsung, teliti dan sistematis (Nurgiantoro, 2001: 57). Observasi dilakukan pada saat proses pembelajaran berlangsung, bersamaan dengan pelaksanaan tindakan. Observasi pada penelitian ini yaitu pada observasi siswa yang digunakan untuk mengamati aktivitas siswa pada saat pembelajaran berlangsung.

## O. Teknik Analisis Data

### 1. Data Tes

Tes dianalisa dengan menggunakan nilai individu, nilai rata-rata siswa, dan kriteria ketuntasan belajar berdasarkan penilaian pada acuan dan patokan. Menurut Depdiknas (2006: 62), secara klasikal proses belajar mengajar dikatakan tuntas apabila di kelas memperoleh nilai  $\geq 70$  sebanyak 85% (Depdiknas, 2006: 62).

#### a. Nilai rata-rata siswa

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{N} \quad (\text{Sudjana, 1998})$$

Keterangan:

$\bar{x}$  = Nilai rata-rata siswa  
 $\sum x$  = Jumlah nilai siswa  
 $N$  = Jumlah siswa

#### b. Persentase Ketuntasan Belajar Secara Klasikal

$$\text{Ketuntasan Belajar Klasikal} = \frac{NS}{N} \times 100 \% \quad (\text{Depdiknas, 2006: 62}).$$

Keterangan :

KB : Persentase ketuntasan belajar klasikal  
 NS : Jumlah siswa yang mencapai nilai 7, 0 ke atas  
 N : jumlah seluruh siswa

### 2. Data Observasi Aktivitas Guru dan Siswa

Data observasi digunakan untuk merefleksikan siklus yang telah dilakukan. Untuk menganalisis data observasi dilakukan dengan menghitung

rata-rata skor pengamat. Data yang diperoleh tersebut digunakan untuk merefleksi tindakan yang telah dilakukan dan diolah secara deskriptif dengan menghitung:

- Rata-rata skor =  $\frac{\text{jumlah pengamat}}{\text{jumlah skor}}$
- Skor tertinggi = jumlah butir observasi x skor tertinggi tiap butir
- Skor terendah = Jumlah butir observasi x skor terendah tiap butir
- Selisih skor = skor tertinggi – skor terendah
- Kisaran nilai untuk tiap kriteria =  $\frac{\text{selisih skor}}{\text{jumlah kriteria}}$  (Sudjana, 2006: 77-79)

**Tabel 3. 1 Analisis Penilaian Tiap Kategori Aktivitas Guru**

Rentang Nilai	Kategori
19 - 22	Baik
15 - 18	Cukup
11 - 14	Kurang

**Tabel 3. 2 Analisis Penilaian Tiap Kategori Aktivitas Siswa**

Rentang Nilai	Kategori
16 - 18	Baik
12 - 15	Cukup
9 - 11	Kurang

## P. Indikator Keberhasilan

Pnelitian tindakan kelas ini berhasil bila:

1. Nilai rata-rata kemampuan *passing* siswa mencapai > 7
2. Persentase ketuntasan siswa > 70 %
3. Aktivitas siswa dalam pembelajaran masuk dalam kategori baik
4. Aktivitas guru dalam pembelajaran masuk dalam kategori baik.